

## Cyberprzemoc w pigułce.

W dzisiejszych czasach Internet jest nieocenionym narzędziem komunikacji, wiedzy i rozrywki. Pomaga nam w nauce, rozwija zainteresowania, niestety niesie ze sobą również zagrożenia.

Do najważniejszych zagrożeń należą:

- rozpowszechnianie nielegalnych treści
- nielegalne pozyskiwanie danych
- włamania sieciowe
- uzależnienia od Internetu
- spam
- cyberprzemoc

**CYBERPRZEMOC** to prześladowanie, zastraszanie, nękanie, wyśmiewanie innych osób z wykorzystaniem Internetu i narzędzi typu elektronicznego takich jak: SMS, e-mail, witryny internetowe. Prześladowanie przez Internet jest groźne dlatego, że kompromitujące materiały są dostępne w krótkim czasie dla wielu osób i pozostają w sieci na zawsze.

Przestrzeganie zasad bezpiecznego korzystania z Internetu, może ograniczyć ryzyko zetknięcia się przez dziecko z niewłaściwymi treściami.

### Jakie są formy cyberprzemocy?

Najpopularniejsze z nich to:

- ✓ publikowanie poniżających filmów lub zdjęć;
- ✓ publikowanie ośmieszających, wulgarnych, komentarzy i postów;
- ✓ włamania na konta serwisów społecznościowych;
- ✓ podszywanie się pod inne osoby;
- ✓ wykluczanie z internetowych społeczności

## **Seksting**

Specyficzna forma cyberprzemocy wiąże się z sekstingiem. Jest to przesyłanie sobie nagich lub półnagich zdjęć. Popularne szczególnie wśród nastolatków, na etapie pierwszego zakochania. Ponad połowa nastolatków deklaruje, że materiały tego typu są wymieniane wśród ich znajomych (GFK dla Fundacji Dzieci Niczyje 2014). Wg najnowszych badań 3,8% nastolatków miało bezpośredni kontakt z tym zjawiskiem.

W pewnych sytuacjach takie zdjęcia mogą zostać zapisane, wykorzystane do szantażu czy opublikowane bez wiedzy i zgody osoby, która wysłała zdjęcia. To bardzo poważna forma internetowej przemocy, która może prowadzić do katastrofalnych skutków: począwszy od zniszczonej reputacji, przez choroby psychiczne aż po próby samobójcze.

## **Hejt**

Pozornie delikatniejszą formą cyberprzemocy jest hejt. Jedną z form hejtu jest umieszczenie nienawistnego komentarza, obrazka, filmu czy udostępnieniu takiej treści. Hejtu i negatywnych komentarzy jest w sieci bardzo dużo. Skutki takiego zachowania w sieci mogą być bardzo poważne dlatego kontrolujmy to, co dzieci piszą w sieci.

## **Jak przeciwdziałać cyberprzemocy? .**

Jeśli Twoje dziecko zaczyna dopiero przygodę z Internetem, spróbuj uświadomić mu, że istnieje w nim problem agresji i uwrażliwaj na innych ludzi – którzy wymagają szacunku w sieci tak samo, jak w kontaktach osobistych.

Zapoznaj dziecko z netykietą, jeśli korzysta już z sieci, porozmawiaj z nim o ewentualnych doświadczeniach cyberprzemocy. Może zna takie sytuacje z grupy znajomych, może napotkało je w sieci, a może samo jest sprawcą takiego ataku?

## **O czym warto pamiętać? Uświadom dziecko, że:**

1. Nawet pozornie niewinny żart może być rodzajem cyberprzemocy. Uważajmy na to, co piszemy.
2. Za stosowanie cyberprzemocy grozi odpowiedzialność karna.

3. Na przemoc nie wolno odpowiadać tym samym. Jeśli czujesz, że sprawa Cię przerasta, skontaktuj się ze specjalistami lub odpowiednimi służbami.
4. W serwisach społecznościowych wszelkie przejawy cyberprzemocy można zgłosić do administratorów (zgłoś nadużycie).
5. Gdy pada ofiarą cyberprzemocy, należy zachować dowód np.: zrobić zrzut ekranu, zachować SMSy lub wiadomości.
6. Jako świadek cyberprzemocy – reaguj i sprzeciwiaj się.

## **Co zrobić, gdy Twoje dziecko doświadczy cyberprzemocy?**

1. Udziel mu osobistego wsparcia, porozmawiaj, zapewnij dużo uwagi.
2. Zabezpiecz wszystkie dowody cyberprzemocy.
3. Zwróć się do administratora serwisu/strony z prośbą o usunięcie nienawistnych treści i zablokowanie osoby atakującej. Większość serwisów oferuje specjalny formularz.
4. Jeśli możesz rozmawiać ze sprawcą lub jego rodzicami, żądaj od niego zakończenia przemocy i usunięcia z sieci wszystkich jej śladów.
5. Poinformuj o tej sytuacji szkołę, wychowawcę i współpracujcie.
6. Jeśli popełniono przestępstwo, poinformuj o nim policję.
7. Jeśli masz pytania, dzwoń pod numer 800 100 100 – to telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa w sieci.
8. Powiedz swojemu dziecku o telefonie zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111.

## **Jak chronić siebie i swoje dzieci przed cyberprzemocą?**

Na rynku dostępny jest szeroki wybór programów oferujących możliwość Kontroli Rodzicielskiej. Dzięki temu można przeglądać historię i w razie potrzeby zablokować dostęp do poszczególnych stron czy aplikacji, a nawet zablokować wybrany numer telefonu. **Dodatkowo można sprawdzać gdzie jest nasza pociecha i otrzymywać powiadomienia, gdy wkroczy w teren oznaczony jako zakazany.** W ten sposób nie tylko minimalizujemy ryzyko ataku przez Internet na nasze dziecko, ale i dbamy o jego bezpieczeństwo w świecie rzeczywistym.

**Jednak nawet mając specjalistyczną ochronę, nie zapominajmy o najprostszych rozwiązaniach: rozmowie z dzieckiem i przekazaniu mu wskazówek jak postępować korzystając z Internetu.**

Przygotowała:

Pedagog szkolny Anna Wiktor

Źródło: <https://fundacja.orange.pl/blog/wpis/cyberprzemoc>

<https://bitdefender.pl/abc-cyberbezpieczenstwa-c-jak-cyber-przemoc/>

